

Gojiactive

A Superfruta



O Gojiberry (*Lycium barbarum L*), conhecido também como wolfberry, é uma planta da família das solanáceas, considerada como a “super fruta” devido sua grande riqueza em nutrientes e fitoquímicos devido ser constituído por 18 aminoácidos. O Goji cresce hoje em muitas regiões, porém seu cultivo de forma comercial é bastante significativo na China.¹ **Gojiactive** é um extrato padronizado em 50% de polissacarídeos do fruto Gojiberry que proporciona longevidade e bem estar ao organismo.

AÇÃO TERAPÊUTICA:

- Antioxidante;
- Melhora do sistema imunológico;
- Hipocolesterolêmico;
- Hipoglicêmico;
- Promove a perda de peso;
- Auxílio na prática de exercícios físicos;
- Mantém a pressão sanguínea saudável;



PROPRIEDADES:

Gojiactive é rico em polissacarídeos que são moléculas formadas através da união de vários monossacarídeos, que possuem um potencial protetor da pele e forte ação antioxidante.²

Gojiactive também é composto por polifenóis que são encontrados principalmente nas cascas, sementes e folhas de frutas e vegetais, conferindo-lhes uma coloração viva e brilhante. São também responsáveis pela proteção contra os ataques físicos como as irradiações ultravioletas do sol e dos ataques biológicos de fungos, vírus e bactérias, além de exercerem potentes efeito antiinflamatório e antioxidante. Com todos estes benefícios, os polifenóis estão entre os principais compostos químicos com ação positiva na saúde humana.³

O Goji tem longa e importante história na medicina tradicional chinesa, a qual acredita que ele melhora a função do sistema imunitário, propicia maior acuidade visual, protege o fígado e melhora a circulação. **Gojiactive** é rico em nutrientes e fibras através da presença de polissacarídeos de elevada densidade que fortalecem e apóiam um sistema imunitário saudável.¹

MECANISMO DE AÇÃO:



O Goji contém muitos nutrientes e fitoquímicos, sendo 18 aminoácidos (13 g por cada 100 g de fruto seco, isto é, seis vezes superior ao pólen da abelha e com mais proteínas que a maioria dos cereais integrais), incluindo os oito que são essenciais a vida, tais como a isoleucina e triptofano. Contém mais de 21 oligoelementos, incluindo zinco, ferro, cobre, selênio, fósforo e o germânio, considerado em estudos como tendo atividade anticancerígena. Tem alto teor de proteína, contém o espectro completo de carotenóides antioxidantes, incluindo β -caroteno (maior concentração que a cenoura), zeaxantina (protetor dos olhos), luteína, licopeno, criptoxantina e xantofilas. É rico em vitamina C, B1, B2, B6 e E. Contém β -sisterol (e outros fitoesteróis), fitonutriente com função antiinflamatória, que ajuda também a equilibrar os níveis de colesterol e pode ser usado no tratamento de impotência e equilíbrio da próstata. Contém ácidos graxos essenciais, que são necessários para a síntese de hormônios, e regula o funcionamento do cérebro e sistema nervoso, incluindo os ácidos graxos essenciais linoleico e E – linolenico. Contém sesquiterpenóides, como a ciperona (regula a pressão arterial, alivia o desconforto menstrual, usado no tratamento do cancro do colo do útero) e solavetivona (com propriedades antibacterianas e antifúngicas) tetraterpenóides e betaína. A betaína é usada pelo fígado para produzir colina; promove grupos metil com reações energéticas no corpo, ajuda a reduzir o nível de homocisteína, um fator de risco em problemas cardíacos, e protege a célula em nível de DNA; Contém fisalina, um fitonutriente usado nos transtornos da hepatite B e substância ativa contra todos os tipos de leucemia. Goji estimula a liberação do hormônio GH pela glândula pituitária. Os benefícios do hormônio GH são extensos e incluem a redução de gordura, melhoria do sono, aumento da memória, aceleração na cura de doenças, restauração da libido e aparência jovial.⁴

Alguns nutrientes de **Gojiactive**, ajudam a regular os hormônios e ajuda na produção do hormônio do crescimento. A tiamina favorece o bom funcionamento da tireóide e converte os carboidratos em energia, o cálcio auxilia na redução da gordura corporal, além de ajudar a manter os ossos saudáveis, o aminoácido L-arginina ajuda a aumentar os níveis de hormônio do crescimento no sangue, a L-glutamina além de contribuir com a produção do hormônio do crescimento, auxilia a aumentar a massa magra, o potássio é importante para o funcionamento da glândula pituitária, que sintetiza hormônio do crescimento.⁵

Gojiactive auxilia no emagrecimento controlando o apetite e reduzindo a compulsão por ingestão de doces e carboidratos, além de ajudar a reduzir a glicemia do sangue, devido ao cromo, substância presente no extrato que também auxilia a manter a massa magra corporal. **Gojiactive** aumenta a produção do hormônio do crescimento que auxilia o corpo no gerenciamento de peso.⁵ O estresse oxidativo pode ser definido como um desequilíbrio entre as reações oxidativas e capacidade antioxidante que resulta direta ou indiretamente em dano celular.⁶

Gojiactive é um potente antioxidante que combate os radicais livres.

TESTES CLÍNICOS:



Índice ORAC:

Foi desenvolvido uma escala de índice **ORAC** (Capacidade de absorbância de radicais de oxigênio) em diferentes frutos, pela Tufts University, Boston, USA, onde Gojiberry demonstrou em 100 g um valor em 25.300 ORAC.⁷

Escala ORAC (Capacidade de Absorção dos Radicais de Oxigênio)
Níveis de capacidade antioxidante nos alimentos
Desenvolvido na Universidade de Tufts, Boston - EUA

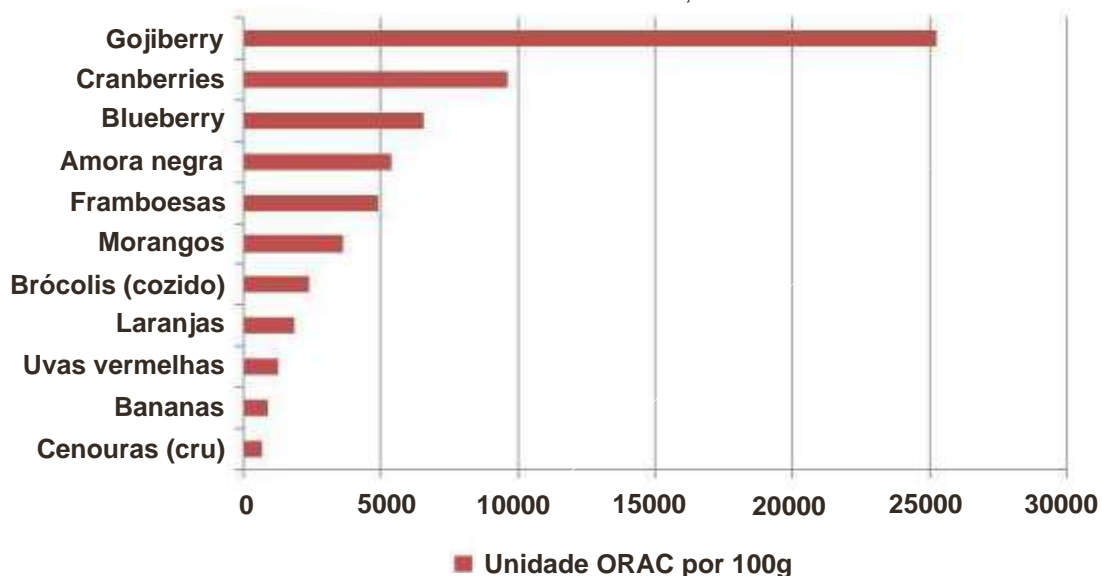


Figura 1. Análise de índice ORAC em frutos diversificados.

Fonte: <<http://goiatrading.blogspot.com/2011/02/goodness-of-goji-berry.html>>

Efeitos no consumo de Gojiberry:

Em um estudo desenvolvido, foram baseados as propriedades medicinais de *Lycium barbarum* na medicina tradicional asiática. Foram examinados por avaliações questionário subjetivo de sentimentos de bem estar, neurológicas/traços psicológicos, as queixas gastrointestinais, músculo-esqueléticas e cardiovasculares, bem como quaisquer efeitos adversos. Além disso, medidas de peso corporal, índice de massa corporal, pressão arterial, frequência cardíaca e acuidade visual foram avaliadas antes e após o consumo de 120 ml do suco de Goji ao dia, ou solução de controle de placebo. Os dados foram avaliados entre o 1º dia ao 15º.⁷ Diferenças significativas foram observadas entre os dias do estudo, no grupo que consumiram Goji em forma de suco por via oral (N=16).

Foram observados o aumento do nível de energia, performance atlética, qualidade do sono, a facilidade de despertar, capacidade de se concentrar em atividades, a acuidade mental, calma. Goji também apresentou uma melhora da função intestinal. Em contraste, o grupo placebo (N=18), mostrou que apenas duas mudanças significativas (azia e felicidade). Não ocorrem alterações significativas nas queixas músculo-esqueléticas e cardiovasculares foram observados em ambos os grupos.

Os resultados obtidos indicam claramente que o consumo diário de Goji por 14 dias aumenta a sensação subjetiva de bem estar geral, e melhora o desempenho neurológicos/psicológicos e funções gastrointestinais.⁸

Ação antioxidante:

Dano oxidativo de biomoléculas aumenta com a idade e é tida como um importante fator causal de vários distúrbios da função fisiológica. Conseqüentemente, o conceito de anti-idade por antioxidantes tem sido desenvolvido. Frutos como *Lycium barbarum* tem sido usados na medicina tradicional chinesa e os dados obtidos em modelos in vitro estabeleceram claramente o potencial antioxidante dos polissacarídeos isolados dos frutos.

Foi desenvolvido um estudo onde as mudanças idade-dependente na atividade da enzima antioxidante, função imune e produtos de peroxidação lipídica foram investigados através do efeito dos polissacarídeos de *Lycium barbarum* em órgãos de camundongos em idade avançada induzidos pelo estresse oxidativo. Foram administrados polissacarídeos de *Lycium barbarum* (200, 350 e 500 mg/kg peso corporal em soro fisiológico) foram ministrados por via oral em camundongos com idade avançada, em um período de 30 dias. Ratos que receberam vitamina C serviram como controle positivo. Antioxidantes enzimáticos e não enzimáticos, peróxidos lipídicos em soro foram testados nos órgãos dos camundongos, onde também foram medidos a função imunológica. O resultado apresentou o aumento de peroxidação lipídica endógena e diminuição das atividades antioxidantes, onde foram avaliados pela superóxido dismutase (SOD), catalase (CAT), glutathione peroxidase (GSH-Px) e capacidade antioxidante total (TAOC), e função imunológica foi observado em camundongos com idades avançadas onde foram restaurados os níveis normais nos grupos tratados com polissacarídeos.

Atividades antioxidante de polissacarídeos *Lycium barbarum* pode ser comparado com antioxidante normal, a vitamina C. Além disso, a adição de vitamina C para os polissacarídeos aumentou ainda mais a atividade in vivo antioxidante desta última. Conclui-se que os polissacarídeos *Lycium barbarum* podem ser utilizados para compensar o declínio da TAOC, função imune e as atividades de enzimas antioxidantes e, assim, reduz os riscos de peroxidação lipídica acelerada por idade induzida por radicais livres.⁹

INDICAÇÕES:

- Atua contra a ação dos radicais livres;
- Auxílio na melhora do sistema imunológico;
- Reduz os níveis de lipídios no sangue;
- Reduz os níveis de glicose no sangue;
- Auxílio na perda de peso;
- Auxílio na prática de exercícios físicos;
- Auxílio no controle da pressão sanguínea saudável;

REAÇÕES ADVERSAS:

• Não há relatos até o momento, nas literaturas pesquisadas.

CONTRA-INDICAÇÕES:

• Este produto é contra-indicado para crianças, gestantes e nutrizes.



POSOLOGIA:

Sugere-se a dosagem de 400 a 600 mg ao dia.

*Esta dosagem pode ser alterada e deve ser avaliada pelo profissional habilitado para prescrição.

COMPATIBILIDADES E FARMACOTÉCNICA:

Não há relatos até o momento, nas literaturas pesquisadas.

INCOMPATIBILIDADES:

Não há relatos até o momento, nas literaturas pesquisadas.

TOXIDADE E MUTAGENICIDADE:

Não há relatos até o momento, nas literaturas pesquisadas.



FICHA TÉCNICA

Nome Botânico: *Lycium barbarum* L.

Aspecto: Pó

Cor: Marrom avermelhado.

Odor: Característico.

Composição: Polissacarídeos, polifenóis, vitaminas, minerais, aminoácidos e fibras.

Conservação: Armazenar em temperatura compreendida na faixa de 15°C a 35°C e umidade relativa compreendida entre 45 a 65%.

REFERÊNCIAS:

1. Revista - Aditivos & Ingredientes. As super frutas. Pgs 30,32 e 33.
2. CHEN, Z. et al. Activation of Macrophages by Polysaccharide protein Complex from *Lycium barbarum* L. *Phytother Res*, 23: 11161122, 2009.
3. HIGASHI, E. O vinho sobre a ótica da Nutrição Funcional. Fonte : < <http://www.ehnutri.com.br>> Acesso em: 27/01/12
4. Fruto Goji Berry, a fruta chinesa revitalizadora! Homeopatia Rio Preto- Fonte: <<http://www.homeopatiariopreto.com.br>> Acesso : 27/01/12.
5. SUZI, JP. Goji Berry, a fruta que retarda o envelhecimento. Fonte: < <http://dietaebeleza.com.br>> Acesso: 01/02/12.
6. SHAN, X. ZHOU, J. MA, TAO. CHAI, Q. *Lycium barbarum* polysaccharides reduce exercise induced oxidative stress. Fonte: Pubmed < <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>> Acesso em: 26/01/12.
7. The goodness of the Goji Berry- A Super Fruit. Fonte: <http://goiatrading.blogspot.com/2011/02/goodness-of-goji-berry.html> Acesso: 01/02/12.
8. GOCHI I. J. A randomized, double - blind, placebo – controlled, clinical study of the general effects of a standardized *Lycium barbarum* (Goji) Juice. *Altern Complement Med*. 2008 May; 14 (4): 403 – 12.
9. Effect of the *Lycium barbarum* polysaccharides on age – related oxidative in aged mice. Fonte: Pubmed < < www.ncbi.nlm.nih.gov> Acesso em: 31/01/12.

